



ΑΡΓΥΡΩ
ΜΠΑΡΜΠΑΡΙΓΟΥ

Οι συνταγές μου *εμπιστευτικά*



Πίτες





Διευθύντρια: ΜΑΡΙΑ ΚΟΛΛΙΑΤΣΑ

Κείμενα: ΑΡΓΥΡΩ ΜΠΑΡΜΠΑΡΙΓΟΥ

Styling: ΤΙΝΑ WEBB

Φωτογράφιση: STUDIO ΓΙΩΡΓΟΣ ΔΡΑΚΟΠΟΥΛΟΣ

Art director: ΒΙΒΗ ΜΗΤΣΟΥΡΑ

Ηλεκτρονική επεξεργασία εικόνας: ΜΑΝΟΣ ΜΑΝΩΛΙΟΥΔΑΚΗΣ

Art Supervisor: ΛΙΤΣΑ ΜΠΡΑΜΗ

Διόρθωση κειμένων: ΜΑΡΩ ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΥ
ΣΑΪΑ ΜΗΝΑΣΙΔΟΥ

Γραμματεία διεύθυνσης: ΕΛΕΝΗ ΜΥΣΤΙΚΟΥ

Διευθυντής συντονισμού-
προγραμματισμού: ΛΑΚΗΣ ΜΑΣΤΡΑΝΤΩΝΗΣ

Διευθυντής παραγωγής: ΧΡΗΣΤΟΣ ΚΥΡΑΤΖΗΣ

Υπεύθυνη έκδοσης: ΕΛΕΝΑ-ΝΑΤΑΣΑ ΚΑΪΤΣΑ

Πίτες

Γενικές οδηγίες

Σε αυτό το τεύχος σας παραθέτω εύκολες, γρήγορες και πεντανόστιμες συνταγές για πίτες, που θα απολαύσετε με την οικογένεια ή τους καλεσμένους σας.

Καλώς ήρθατε στον κόσμο της τραγανής πίτας! Σε όλη την Ελλάδα, από το βορρά μέχρι το νότο, οι νοικοκυρές ετοιμάζουν πίτες στο λεπτό, είτε με περισσεύματα γευμάτων, π.χ. κιμά, κοτόπουλο, ρύζι, είτε ζυμώνοντας απλό φύλλο με νερό, αλεύρι και αλάτι, γεμίζοντάς το με ό,τι υπάρχει στην κουζίνα τους, π.χ. τυρί, αυγά, λαχανικά κ.ά.

■ Εσείς που φοβάστε να ανοίξετε φύλλο, επειδή δε θα πετύχει, δεν έχετε να χάσετε τίποτα πέρα από λίγο αλεύρι – ίσως λάδι – και νερό. Αρκεί πάντα να θυμάστε πως αν η ζύμη σας είναι πολύ μαλακή και κολλάει στα χέρια, σας φωνάζει και σας ζητάει αλεύρι. Αν πάλι είναι σκληρή στην υφή της, σας ζητάει λίγο νερό επιπλέον. Κι αυτό γίνεται άλλοτε γιατί το αλεύρι είναι πολυκαιρισμένο και έχει χάσει τη φρεσκάδα και την υγρασία του, οπότε θέλει παραπάνω υγρό, κι άλλοτε γιατί ο καιρός είναι ζεστός και η ζύμη απλώνει και χλιαίνει, οπότε ζητάει λίγο αλεύρι ακόμα. Επίσης, το φύλλο της πίτας θέλει καλό ζύμωμα και καλή ξεκούραση. Όταν ζυμώνουμε, την αφήνουμε να ξεκουραστεί 30' το λιγότερο, έτσι ώστε να αναπυχθεί η γλογγένη, δηλαδή το πλέγμα που ενώνει τα συστατικά της ζύμης, οπότε δεν πρόκειται να μαζέψει μετά το φύλλο, ούτε να μας δυσκολέψει στο άνοιγμά του. Αν περισσέψει ζύμη, μπορούμε να τη διατηρήσουμε στο ψυγείο για 4-5 μέρες.

■ Αν θέλουμε πιο τραγανό αποτέλεσμα στην πίτα, αφού ανοίξουμε τα φύλλα τα αφήνουμε στον πάγκο να στεγνώσουν καλά για 15'.

■ Τα ενδιάμεσα φύλλα δεν τα τεντώνουμε, αλλά τα σουρώνουμε ελαφρά ώστε να περνάει ο αέρας και η θερμότητα ενδιάμεσα και να ψήνονται καλύτερα.

■ Μπορούμε στο άνοιγμα του φύλλου να χρησιμοποιήσουμε κορν φλάουρ ή νισεστέ, πασπαλίζοντας τον πάγκο, για πιο τραγανό φύλλο. Επίσης, πάντα κοσκινίζουμε το αλεύρι, αν είναι δυνατόν και δύο φορές, για να αφρατεύει.

■ Εάν πρόκειται να φυλάξετε στο ψυγείο πίτα για να την ψήσετε αργότερα, φροντίστε η γέμιση που θα βάλετε να είναι κρύα, γιατί αναπτύσσονται βακτήρια και λασπώνουν τα φύλλα.

■ Εάν η γέμιση δεν έχει πιει καλά τα υγρά της, πασπαλίστε τη με λίγη φρυγανιά, σμιγδαλή ή τραχανά για να μη λασπώσουν τα φύλλα.

■ Να θυμάστε ότι υπάρχουν στο εμπόριο όλων των ειδών οι ζύμες. Δοκιμάστε να αλλάξετε φύλλα, ζύμες και γεμίσεις, και να φτιάξετε την πίτα που σας αρέσει καλύτερα.



Από την
Αργυρώ Μπαρμπαρίγου

Μικρές συμβουλές για νόστιμες τάρτες

**Σε γενικές γραμμές
να θυμάστε ότι:**

■ Εάν φτιάξετε ζύμη για τάρτα, σε αντίθεση με τη ζύμη για φύλλο πίτας, δεν χρειάζεται πολύ ζύμωμα γιατί σκληραίνει. Επίσης, παγώνουμε καλά τη ζύμη, αφού τη στρώσουμε σε ταρτιέρα, τουλάχιστον για 20', για πιο τραγανό και μπισκοτένιο αποτέλεσμα, αλλά και για να μη μαζέψει κατά το ψήσιμο.

■ Όταν στρώνουμε μία ζύμη για τάρτα στο σκεύος που θα ψηθεί, πάντα τρυπάμε την επιφάνειά της με πιρούνι για να μη φουσκώσει ανομοιόμορφα στο ψήσιμο. Άλλες τάρτες ψήνονται με τυφλό ψήσιμο (με αντικολητικό χαρτί και βάρος), και άλλες όχι (αναφέρονται στη συνταγή).

■ Όταν βγάζουμε την τάρτα από το φούρνο, αφού περάσουν λίγα λεπτά και χλιαίνει, τη βγάζουμε από την ταρτιέρα γιατί με τη ζέση αναπτύσσεται υγρασία και ποτίζει η βάση της. Καλόν είναι να τη βάζουμε στη σχάρα του κρύου φούρνου για να κρυώσει και να παραμείνει τραγανή.



Τραγανή τάρτα καρυδιού με πράσο, πατάτα και γραβιέρα

Μια πλούσια σε γεύση τάρτα με τραγανή καρυδάτη ζύμη, που όταν ψηθεί μοιάζει με μπισκότο, και κρεμώδη γέμιση πράσου με στρώσεις πατάτας.

ΥΛΙΚΑ

Για τη ζύμη της τάρτας

- 175 γραμμ. αλεύρι μαλακό
- 1 πρέζα αλάτι
- 90 γραμμ. βούτυρο παγωμένο, κομμένο σε καρεδάκια
- 1/3 κούπας αλεσμένη καρυδόψιχα
- 1 κρόκο αυγού
- 1½ κ.σ. παγωμένο νερό

Για τη γέμιση

- 2 μεγάλα πράσα καθαρισμένα και κομμένα σε πολύ λεπτές φέτες
- 3 κ.σ. ελαιόλαδο
- 3 μέτριες πατάτες βρασμένες για 15'
- 1½ φλ. γιαούρτι στραγγιστό
- 3 αυγά χτυπημένα
- 1½ φλ. γραβιέρα πικάντικη, τριμμένη
- τριμμένο μοσχοκάρυδο
- αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 200°C για 15', πριν ψήσουμε. Κοσκινίζουμε το αλεύρι με το αλάτι. Το βάζουμε στον κάδο του μίξερ, στους κόφτες. Ρίχνουμε μέσα το παγωμένο βούτυρο και το καρύδι. Χτυπάμε για μερικά δευτερόλεπτα. Προσθέτουμε τον κρόκο και το νερό. Χτυπάμε ξανά για μερικά δευτερόλεπτα. Όταν το μείγμα γίνει σαν ψίχουλα, το μαζεύουμε με τα δάχτυλα σε μπάλα, το κάνουμε πλακέ ανάμεσα στις παλάμες μας και το τυλίγουμε με μεμβράνη. Το αφήνουμε να ξεκουραστεί στο ψυγείο για 30'. Έπειτα το ανοίγουμε πάνω σε αλευρωμένη επιφάνεια σε φύλλο και το στρώνουμε σε ταρτιέρα 22 ή 24 εκ. ή σε φόρμα-δαχτυλίδι καλά λαδωμένη. Καλύπτουμε και τα τοιχώματα. Τρυπάμε την επιφάνεια

με πιρούνι. Καλύπτουμε με μεμβράνη και ξαναπαγώνουμε για 20'. Ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο στο τηγάνι και σοτάρουμε τα ψιλοκομμένα πράσα για 3'-4' σε δυνατή φωτιά. Χαμηλώνουμε τη φωτιά και αφήνουμε να σοταριστούν για ακόμα 8'-10', μέχρι να γίνουν διάφανα. Αποσύρουμε από τη φωτιά. Κόβουμε τις πατάτες σε λεπτές φέτες. Τις προσθέτουμε στα πράσα. Προσθέτουμε επίσης το γιαούρτι, τα αυγά, τη γραβιέρα, το μοσχοκάρυδο, αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι. Αδειάζουμε τη γέμιση στην παγωμένη τάρτα και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 200°C για 20'. Έπειτα χαμηλώνουμε τη θερμοκρασία στους 170°C και συνεχίζουμε το ψήσιμο για 30', ώσπου να ροδίσει η τάρτα και να σφίξει η κρέμα της.



ΜΕΡΙΔΕΣ
6

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
30'

ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
50'



Χωριάτικη τάρτα με ελιά, πιπεριά Φλωρίνης και βασιλικό

Μια τάρτα με αφράτη μπισκοτένια ζύμη με γεύση ελιάς και πλούσια κρέμα τυριών και πιπεριάς Φλωρίνης. Σερβίρεται και κρύα.

ΥΛΙΚΑ

Για το ζυμάρι ελιόπιτας

- 2 κούπες αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 1 πρέζα αλάτι
- 10 μεγάλες ελιές μαύρες, απυρήνωτες και ψιλοκομμένες
- 1 αυγό χτυπημένο
- 1 κρόκο αυγού
- 3 κ.σ. ελαιόλαδο
- λίγο αλεύρι για τον πάγκο εργασίας

Για τη γέμιση

- 3 μεγάλες πιπεριές Φλωρίνης χωρίς σπόρους, κομμένες στα τέσσερα
- 200 γραμμ. φρέσκο τυρί κρέμα
- 1 φλ. τρίμματα βαρελίσιας φέτας
- 4 κ.σ. γάλα
- 2 αυγά
- 3 κ.σ. φρέσκο ψιλοκομμένο βασιλικό
- αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Προθερμαίνουμε σε αντιστάσεις στους 200°C για 15'. Κοσκινίζουμε το αλεύρι με το αλάτι σε μπολ. Κάνουμε λακούβα. Χτυπάμε το αυγό, τον κρόκο, το ελαιόλαδο και 1 κ.σ. νερό. Το προσθέτουμε στο αλεύρι, καθώς και τις ελιές. Ζυμώνουμε μέχρι η ζύμη να ξεκολλάει από τα τοιχώματα και να μην κολλάει στα χέρια. Σε αλευρωμένη επιφάνεια ζυμώνουμε για 5'. Καλύπτουμε τη ζύμη με μεμβράνη και την αφήνουμε στο ψυγείο για 30'. Χρησιμοποιούμε λαδωμένο ταψάκι 22 εκ. Ανοίγουμε τη ζύμη σε φύλλο με πλάστη ή τη δουλεύουμε με τα δάχτυλα σαν πλαστελίνη, καλύπτοντας τη βάση και τα τοιχώματα του ταψιού. Τρυπάμε με πιρούνι την επιφάνεια. Σκεπάζουμε με μεμβράνη και παγώνουμε για 20'. Τοποθετούμε τις κομμένες πιπεριές σε σχάρα στον προθερμασμένο

ΜΕΡΙΔΕΣ
6
ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
30'
ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
40'



φούρνο και ψήνουμε για 12'-15' μέχρι να μαυρίσει η φλούδα. Αμέσως τις βάζουμε σε σακουλίτσα και αφήνουμε 10'. Τις ξεφλουδίζουμε και τις κόβουμε σε λεπτές φέτες. Βγάζουμε τη φόρμα με το ζυμάρι από το ψυγείο, στρώνουμε επάνω ένα κομμάτι αντικολλητικό χαρτί ψησίματος και βάζουμε λίγο ρύζι ή λίγα όσπρια σαν βαρίδι. Την ψήνουμε για 10'. Αφαιρούμε το χαρτί και ψήνουμε για ακόμη 5'. Χαμηλώνουμε τη θερμοκρασία στους 170°C. Χτυπάμε στο μίξερ το τυρί κρέμα να αφρατέψει. Προσθέτουμε τη φέτα, τα αυγά και το γάλα και χτυπάμε να ομογενοποιηθούν. Τέλος, προσθέτουμε τις πιπεριές, το βασιλικό, τρίβουμε το πιπέρι και δοκιμάζουμε μήπως χρειάζεται λίγο αλάτι ακόμα. Αδειάζουμε το μείγμα στη μισοψημένη τάρτα και ψήνουμε για 25'.



Πεπέκι (Ηπειρώτικη πίτα)

Πανεύκολη πίτα που ζυμώνεται στη στιγμή με υλικά που υπάρχουν σε κάθε κουζίνα. Ζεστή ή κρύα είναι το ίδιο νόστιμη. Μη χρησιμοποιήσετε μικρό ταψί γιατί η πίτα πρέπει να είναι λεπτή.

ΥΛΙΚΑ

- 200 γραμμ. αλεύρι μαλακό
- 1 κ.γλ. μπέικιν πάουντερ
- 2 αυγά
- 2 κεσεδάκια γιαούρτι πλήρες (10% λιπαρά)
- 1/4 (μετράμε με τον κεσέ γιαουρτιού) ελαιόλαδο
- 1 κ.σ. πάπρικα γλυκιά (προαιρετικά)
- 300 γραμμ. φέτα σε τρίμματα ή τριμμένη σε χοντρό τρίφτη



ΜΕΡΙΔΕΣ
8-10 ΚΟΜΜ.
ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
10'
ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
45'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Κοσκινίζουμε το αλεύρι με το μπέικιν πάουντερ. Σε μία μπασίνα (μπολ μεγάλο) ρίχνουμε τα αυγά, το γιαούρτι, το ελαιόλαδο και την πάπρικα. Τα ανακατεύουμε με το σύρμα να ενωθούν και προσθέτουμε τη φέτα. Ανακατεύουμε. Λίγο λίγο ρίχνουμε το αλεύρι κοσκινισμένο με το μπέικιν και συνεχίζουμε το ανακάτεμα με

το κουτάλι ή με το χέρι. Σε λαδωμένο και πασπαλισμένο με αλεύρι ταψί νούμερο 36 αδειάζουμε το πεπέκι και το στρώνουμε (την επιφάνεια) με κουτάλι. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο σε αντιστάσεις στους 180°C, πάνω και κάτω στην τελευταία σχάρα, γύρω στα 45', ώσπου να ροδίσει καλά.



Ζυμαρόπιτα με λιαστές ντομάτες και φρέσκια ρίγανη

Το λέει και τ' όνομά της! Ένα πεντανόστιμο ζυμάρι ζυμωμένο με τυρί, γάλα και αυγά, αρωματισμένο με λιαστές ντομάτες, που απαιτεί ελάχιστο από το χρόνο σας και αρέσει πολύ στα παιδιά.

ΥΛΙΚΑ

- 2 αυγά
- 2 ποτήρια του νερού φρέσκο γάλα
- 2 ποτήρια αλεύρι μαλακό (για όλες τις χρήσεις)
- 8-10 λιαστές ντομάτες στο λάδι τους
- 300 γραμμ. φέτα σε τρίμματα
- 1 κλαδάκι φρέσκια ρίγανη
- 4 κ.σ. λάδι από τις λιαστές ντομάτες
- ελαιόλαδο για το ταψί (άλειμμα)
- αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι



ΜΕΡΙΔΕΣ
8-10 ΚΟΜΜ.
ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
10'
ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
50'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 170°C, στον αέρα. Σπάμε τα αυγά σε μπολ και τα χτυπάμε με μίξερ χειρός. Προσθέτουμε το γάλα, το αλάτι, το πιπέρι και το αλεύρι. Το μείγμα είναι αραιός χυλός. Τοποθετούμε άδειο το ταψί νούμερο 36 στο φούρνο, να ζεσταθεί καλά, για 7'-8'. Στο μεταξύ ψιλοκόβουμε τις λιαστές ντομάτες και κρατάμε 4 κ.σ. από το λάδι τους. Βγάζου-

με με προσοχή (γιατί καίει) το άδειο ταψί από το φούρνο και το αλείφουμε με πινέλο με λίγο ελαιόλαδο καλά στη βάση και στα τοιχώματα. Αδειάζουμε μέσα τη ζυμαρόπιτα, πασπαλίζουμε με τη φέτα, τις λιαστές ντομάτες και τη φρέσκια ρίγανη. Περιχύνουμε με το λάδι της λιαστής ντομάτας. Ψήνουμε τη ζυμαρόπιτα για περίπου 50', ώσπου να ροδίσει.



Μαστιχωτή τυρόπιτα

Η πίτα αυτή μας δίνει την ευκαιρία να αξιοποιήσουμε ό,τι τυρί έχει περισσέψει στο ψυγείο και να φτιάξουμε μια αφράτη με μαστιχωτή υφή λόγω των τυριών που περιέχει. Σερβίρετέ την και θα ξετρελάνετε τους πάντες!

ΥΛΙΚΑ

- 1 πακέτο (450 γραμμ.) φύλλο κρούστας
- 800 γραμμ. ανάμεικτα κίτρινα τυριά (κασέρι, γκούντα, έμενταλ, γραβιέρα κ.ά.)
- 1/2 λίτρο φρέσκο γάλα
- 5 αυγά
- 1 κεσεδάκι (200 γραμμ.) γιαούρτι
- 1 κουτάκι σόδα αναψυκτικό
- 2 κ.σ. φρυγανιά τριμμένη
- φρεσκοτριμμένο πιπέρι
- 1/2 φλ. ελαιόλαδο



ΜΕΡΙΔΕΣ

8-10 ΚΟΜΜ.

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

15'

ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

60'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Βουτυρώνουμε ή λαδώνουμε το ταψί της κουζίνας και πασπαλίζουμε με φρυγανιά. Απλώνουμε 3 φύλλα ώστε να καλυφθεί η βάση και τα τοιχώματα του ταψιού. Κομματιάζουμε με τα χέρια τα υπόλοιπα φύλλα σε μικρά κομμάτια, κρατώντας 2 για το κλείσιμο της τυρόπιτας. Ενώνουμε σε ένα μπολ τα σπασμένα φύλλα με τριμμένα τυριά και τα ανακατεύουμε. Τρίβουμε μπόλικο πιπέρι. Τα αδειάζουμε στα στρωμένα φύλλα στο ταψί και ισιώνουμε την επιφάνειά τους. Καλύπτουμε την πίτα με τα υπόλοιπα 2 φύλλα και

γυρίζουμε προς τα μέσα τις ενώσεις τους. Χαράζουμε σε κομμάτια με κοφτερό μαχαίρι. Περιχύνουμε τις χαρακιές με το ελαιόλαδο. Χτυπάμε σε μπολ τα αυγά, το γιαούρτι, το γάλα και τη σόδα, περιχύνουμε την πίτα και την αφήνουμε να ρουφήξει για 15'. Έχουμε προθερμάνει το φούρνο στους 220°C, στον αέρα, και μόλις βάλουμε τη μαστιχωτή τυρόπιτα στη μεσαία σχάρα χαμηλώνουμε τη θερμοκρασία στους 170°C και ψήνουμε για 1 ώρα, ώσπου να ροδίσει και να φουσκώσει.



Τυρόπιτα σουφλέ με φύλλο κανταΐφι

Πλούσια σε γεύση και σε υλικά πίτα, που φουσκώνει και αφρατεύει με το ψήσιμο και όταν σερβίρεται ζεστή τρεμουλιάζει η γέμιση.

ΥΛΙΚΑ

- 1 πακέτο φύλλο κανταΐφι
- 8 αυγά (τα 2 για τη γέμιση)
- 1 λίτρο φρέσκο γάλα σε θερμοκρασία δωματίου
- 300 γραμμ. ανθότυρο τριμμένο
- 300 γραμμ. φέτα τριμμένη
- 300 γραμμ. κεφαλογραβιέρα ή πεκορίνο τριμμένο
- 300 γραμμ. κασέρι τριμμένο
- 300 γραμμ. γκούντα τριμμένο
- 1 φλ. του καφέ ελαιόλαδο
- 2 κ.σ. φρυγανιά τριμμένη
- 2 κ.σ. βούτυρο λιωμένο
- φρεσκοτριμμένο πιπέρι

ΜΕΡΙΔΕΣ
10 ΚΟΜΜ.
ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
15'
ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
50'



ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Τρίβουμε όλα τα τυριά σε χοντρό τρίφτη μέσα σε μπασίνα (μεγάλο μπολ). Προσθέτουμε τα 2 (από τα 8) αυγά χτυπημένα, το ελαιόλαδο και το πιπέρι. Τα ανακατεύουμε με κουτάλι πολύ καλά. Βουτυρώνουμε ένα μεγάλο, μακρόστενο πυράντοχο σκεύος και το πασπαλίζουμε με φρυγανιά τριμμένη. Χωρίζουμε το φύλλο κανταΐφι σε δύο ίσα μέρη. Στρώνουμε το μισό κανταΐφι (το ανοίγουμε με τα δάχτυλα) στο πυράντοχο σκεύος και αδειάζουμε τη γέμιση. Από πάνω σκεπάζουμε με το υπόλοιπο κανταΐφι, αφού το ανοίξου-

με με τα δάχτυλα, να αφρατέψει. Κόβουμε με μαχαίρι σε κομμάτια. Χτυπάμε σε μπολ τα υπόλοιπα 6 αυγά με το γάλα και περιχύνουμε το κανταΐφι. Αφήνουμε το σκεύος με την πίτα για 1 ώρα σε θερμοκρασία δωματίου να ρουφήξει τα υγρά και να φουσκώσει το κανταΐφι. Περιχύνουμε έπειτα με το λιωμένο βούτυρο. Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 250°C, στον αέρα. Όταν τοποθετήσουμε την τυρόπιτα στο φούρνο, χαμηλώνουμε τη θερμοκρασία στους 180°C και ψήνουμε για 50', ώσπου να ροδίσει καλά.



Πρασόπιτα με κιμά

Τραγανή σφολιάτα με αφράτη γέμιση, ιδανική για μπουφέ, αλλά και για το φιλικό τραπέζι. Είναι προτιμότερο να σερβιριστεί ζεστή, συνοδεύει σαλάτας. Αποτελεί κυρίως γεύμα από μόνη της.

ΥΛΙΚΑ

- 2 φύλλα σφολιάτα (έτοιμη)
- 1½ κιλό πράσα
- 4 αυγά χτυπημένα
- 400 γραμμ. κιμά μοσχαρίσιο, μία φορά περασμένο από τη μηχανή
- 1/4 φλ. λευκό ξηρό κρασί
- 1 φλ. κεφαλοτύρι τριμμένο
- 1 φλ. φέτα τριμμένη
- 1/4 φλ. ελαιόλαδο
- 1/4 φλ. φρυγανιά τριμμένη
- αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι
- 1 πρέζα μοσχοκάρυδο



ΜΕΡΙΔΕΣ
8 ΚΟΜΜ.

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
20΄

ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
50΄

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Αφαιρούμε το πράσινο μέρος από τα πράσα (το κρατάμε για ζωμούς) και αφού τα πλύνουμε καλά κόβουμε σε φέτες το τρυφερό μέρος τους. Σε κατσαρόλα με νερό που βράζει τα ζεματάμε για 5΄-6΄. Τα σουρώνουμε. Σε τηγάνι μεγάλο ή πλαστού κατσαρόλα ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο και σοτάρουμε τον κιμά να ροδίσει καλά, για 6΄-7΄. Τότε προσθέτουμε τα ζεματισμένα πράσα. Σοτάρουμε για 3΄-4΄ και σβήνουμε με το κρασί. Αφήνουμε το μείγμα στη φωτιά να πιει όλα τα υγρά του και να μείνει στεγνό. Αλατίζουμε με προσοχή (γιατί θα μπουν τα τυριά), τρίβουμε αρκετό πιπέρι και πασπαλίζουμε με το μοσχοκάρυδο. Αφήνουμε το μείγμα να κρυώσει μερικά λεπτά. Προσθέτουμε τότε τη φρυγανιά, τα αυγά και τα τυριά και ανακα-

τεύουμε με κουτάλα, να ενωθούν με τον κιμά και τα πράσα. Σε μακρόστενο πυράντοχο σκεύος ή τετράγωνο, ελαφρά λαδωμένο, στρώνουμε το ένα φύλλο σφολιάτας, φροντίζοντας να καλύπτει τα τοιχώματα. Αδειάζουμε τη γέμιση και τη στρώνουμε στην επιφάνεια με κουτάλι. Απλώνουμε το 2ο φύλλο σφολιάτας και στρίβουμε τις άκρες τού κάτω και πάνω φύλλου για να κλείσουμε την πίτα. Χαράζουμε σε κομμάτια με κοφτερό μαχαίρι το πάνω φύλλο, ραντίζουμε με ελαιόλαδο τις χαρακιές και με λίγο νερό τη σφολιάτα. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 200°C, στον αέρα, στη μεσαία σχάρα για 5΄ και μετά χαμηλώνουμε στους 180°C. Συνεχίζουμε το ψήσιμο για 50΄, ώσπου να ροδίσει καλά το φύλλο και να γίνει τραγανό.



Τυρόπιτα πηισέ με σόδα

Αφράτη τυρόπιτα με τέλεια γέμιση. Αφήστε την, αφού την περιχύσετε με το υγρό μείγμα αυγών, να σταθεί και να ποτίσουν καλά τα φύλλα. Το αποτέλεσμα είναι τέλειο!

ΥΛΙΚΑ

- 1 πακέτο (450 γραμμ.) φύλλο κρούστας
- 2/3 φλ. ελαιόλαδο
- 500 γραμμ. φέτα τριμμένη
- 500 γραμμ. φρέσκο ανθότυρο τριμμένο
- 1 ποτήρι νερού φρέσκο γάλα
- 1 κουτάκι (330 ml) σόδα αναψυκτικό
- 4 αυγά ελαφρά χτυπημένα
- φρεσκοτριμμένο πιπέρι



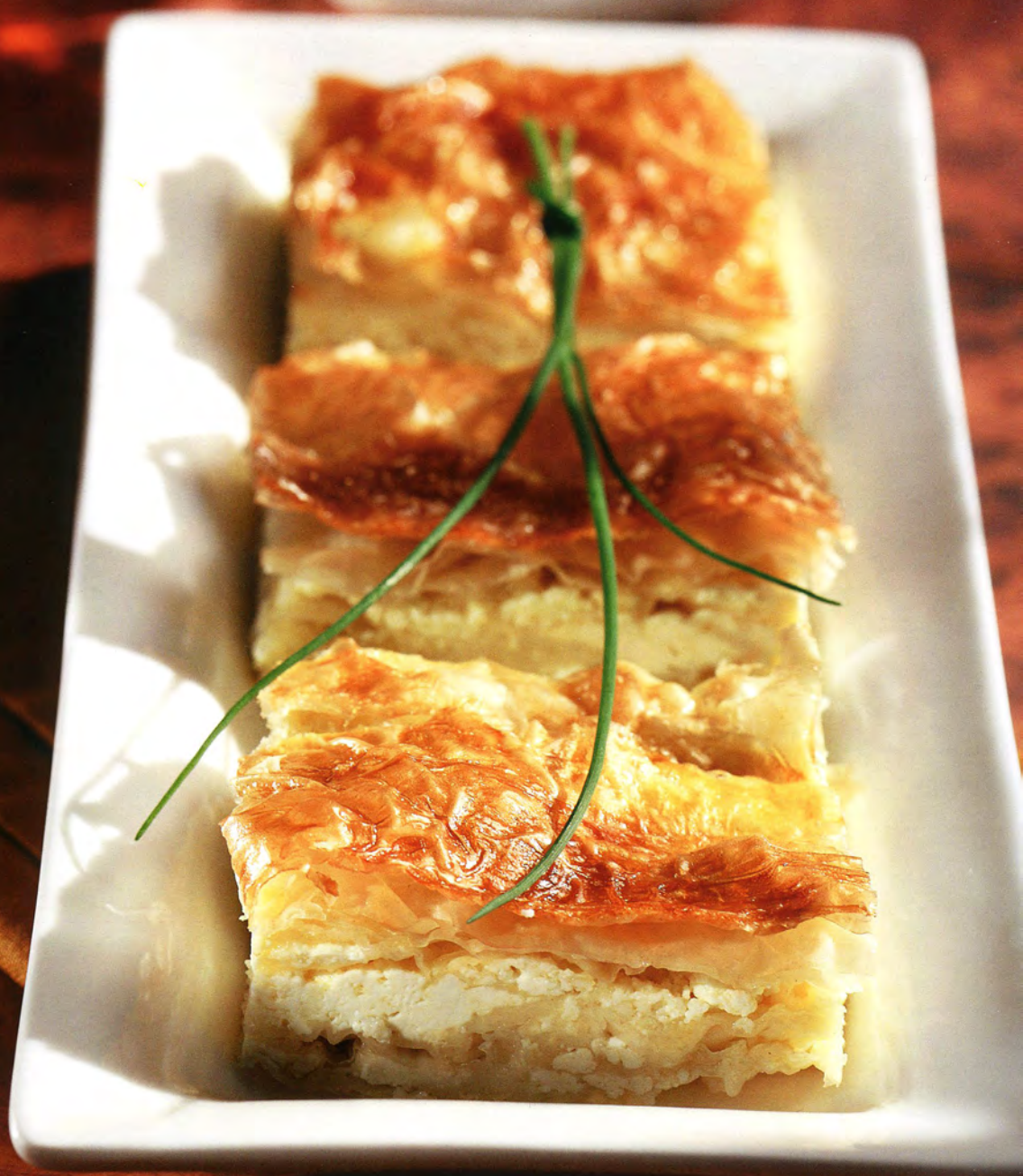
ΜΕΡΙΔΕΣ
8-10 ΚΟΜΜ.
ΧΡΟΝΟΣ ΠΙΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
10'
ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
40'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ανακατεύουμε τα τυριά σε μπολ και τρίβουμε αρκετό πιπέρι. Ανοίγουμε το φύλλο από τη συσκευασία. Απλώνουμε ένα ένα φύλλο στον πάγκο εργασίας. Το λαδώνουμε με πινέλο ελαφρά, το πασπαλίζουμε με τα τριμμένα τυριά και το σουρώνουμε σε πηισέ. Το πιάνουμε από τις δύο άκρες και το τοποθετούμε σε λαδωμένο ταψί (του φούρνου). Συνεχίζουμε να κάνουμε το ίδιο μέχρι να τελειώσουμε όλα τα φύλλα και τα τυριά. Τοποθετούμε κοντά κοντά

τα πηισέ φύλλα για να χωρέσουν όλα. Περιχύνουμε τα φύλλα με όσο ελαιόλαδο περίσσεψε από το άλειμμα.

Χτυπάμε τα αυγά σε μπολ, με σύρμα, προσθέτουμε το γάλα και την υγρή σόδα. Περιχύνουμε την πίτα και την αφήνουμε να σταθεί για 15', να ρουφήξουν τα φύλλα το υγρό μείγμα. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C, στον αέρα, στη μεσαία σχάρα, μέχρι να ροδίσει καλά, για περίπου 35'-40'.



Αυγοτυρόπιτα με γιαούρτι

Πλούσια σε γεύση και υλικά που υπάρχουν όμως σε κάθε κουζίνα. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ό,τι φύλλο σας αρέσει. Πολύ εύκολη και αφράτη. Γίνεται σε λίγα λεπτά και καταναλώνεται το ίδιο γρήγορα.

ΥΛΙΚΑ

- 1 πακέτο χωριάτικο φύλλο (έτοιμο)
- 750 ml φρέσκο γάλα
- 5 αυγά
- 1 κεσεδάκι (200 γραμμ.) γιαούρτι
- 500 γραμμ. φέτα τριμμένη
- 500 γραμμ. ανθότυρο τριμμένο
- 1 ποτήρι κρασιού ελαιόλαδο
- πιπέρι φρεσκοτριμμένο



ΜΕΡΙΔΕΣ
8-10 ΚΟΜΜ.
ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
10'
ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
60'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Αναμειγνύουμε τα τυριά σε ένα μπολ και τρίβουμε αρκετό πιπέρι. Χτυπάμε τ' αυγά με το γάλα, το ελαιόλαδο και το γιαούρτι, με σύρμα, να ενωθούν. Λαδώνουμε ένα ταψί νούμερο 36 και στρώνουμε απλωτά το 1ο και το 2ο φύλλο. Περιχύνουμε με μια κουτάλα από το υγρό μείγμα (γάλα, αυγά κ.λπ.) και πασπαλίζουμε με μια χούφτα γεμάτη τριμμένα τυριά. Απλώνουμε το 3ο φύλλο σουρωτό, το περιχύνουμε με υγρό μείγμα και πασπαλίζουμε τυριά. Συνεχίζουμε με άλλες τρεις στρώσεις από σουρωτό (ελαφρά τσα-

λακωμένο) φύλλο, υγρό μείγμα και τα υπόλοιπα τυριά. Το τελευταίο φύλλο το απλώνουμε να είναι ίσια η επιφάνειά του και το μπήγουμε από κάτω (όπως στο γαλακτομπούρεκο) για να κλείσουμε την πίτα. Χαράζουμε ελαφρά την πίτα σε κομμάτια και περιχύνουμε με το υπόλοιπο υγρό μείγμα. Ψήνουμε την πίτα σε προθερμασμένο φούρνο πάνω κάτω, στην τελευταία σχάρα, στους 180°C για 50' με 1 ώρα, να ροδίσει καλά η επιφάνειά της και να φουσκώσει (φουσκώνει πολύ και γίνεται διπλάσια σε ύψος).



Χαλουμόπιτα με δυόσμο

*Απ' αυτές τις πίτες που πιο γρήγορα τις φτιάχνεις παρά τις περιγράφεις.
Αντί για χαλούμι μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε κάποιο παρεμφερές τυρί,
όπως μαστέλο, ταλαγάνι, φορμαέλα κ.λπ.*

ΥΛΙΚΑ

- 1 ποτήρι νερού καλαμποκέλαιο ή ηλιέλαιο ή ελαφρύ ελαιόλαδο
- 5 αυγά
- 1 ποτήρι νερού φρέσκο γάλα
- 2 κ.σ. φρέσκο ψιλοκομμένο δυόσμο
- 3 ποτήρια νερού χαλούμι τριμμένο
- 1 κουταλάκι γλυκού μπέικιν πάουντερ
- 3 ποτήρια νερού αλεύρι για όλες τις χρήσεις



ΜΕΡΙΔΕΣ
8-10 ΚΟΜΜ.
ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
10'
ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
1 ΩΡΑ

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε λεκανίτσα χτυπάμε τ' αυγά, προσθέτουμε το γάλα και το καλαμποκέλαιο, συνεχίζουμε το χτύπημα με σύρμα, προσθέτουμε το δυόσμο και το χαλούμι. Τελειώνουμε το ανακάτεμα της χαλουμόπιτας με το χέρι, προσθέτοντας σιγά σιγά το

αλεύρι κοσκινισμένο με μπέικιν. Λαδώνουμε ένα ταψί νούμερο 34 ή 36 και αδειάζουμε το μείγμα. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180°C, στην τελευταία σχάρα, για περίπου 50' με 1 ώρα, ώσπου να ροδίσει η χαλουμόπιτα.



Ριζόπιτα ξεσκέπαστη με κοτόπουλο

Σας έμεινε λίγο κοτόπουλο ψητό ή κοκκινιστό; Βράστε λίγο ρύζι με γάλα και φτιάξτε αυτή τη φανταστική πίτα που κανείς δεν μπορεί να της αντισταθεί.

ΥΛΙΚΑ

- 2 χωριάτικα φύλλα εμπορίου
- 400 γραμμ. ρύζι καρολίνα
- 2 λίτρα φρέσκο γάλα (κρατάω 1 φλιτζάνι)
- 6 αυγά (κρατάω 1)
- 1 κ.σ. βούτυρο
- 250 γραμμ. μανούρι τριμμένο
- 250 γραμμ. φέτα τριμμένη
- 1 στήθος κοτόπουλο βρασμένο και ψιλοκομμένο
- αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι
- 1 κ.γλ. μπούκοβο
- 1/2 κ.γλ. μοσχοκάρυδο

ΜΕΡΙΔΕΣ
8-10

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
20'

ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
45'



ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Μπορούμε σ' αυτή τη συνταγή να χρησιμοποιήσουμε οποιοδήποτε κομμάτι μαγειρεμένου κοτόπουλου που περίσσεψε από το τραπέζι της προηγούμενης μέρας. Αφού κρατήσουμε ένα φλιτζάνι γάλα από το συνολικό της συνταγής, βάζουμε το υπόλοιπο σε κατσαρόλα, να πάρει βράση. Μόλις βράσει το γάλα, προσθέτουμε το ρύζι, το μοσχοκάρυδο, το ψιλοκομμένο (ή ανοιγμένο με τα χέρια σε ίνες) κοτόπουλο. Βράζουμε για 8' ανακατεύοντας συχνά και το αφήνουμε λίγο να κρυώσει. Χτυπάμε τ' αυγά (αφού κρατήσουμε 1 χωριστά), τα αναμειγνύουμε με τα τριμμένα τυριά και ανακατεύοντας τα προσθέτουμε στο βρα-

σμένο ρύζι με το γάλα. Τρίβουμε μπόλικο πιπέρι και αλατίζουμε με προσοχή (γιατί τα τυριά είναι αλμυρά). Προσθέτουμε και το βούτυρο και ανακατεύουμε. Σε λαδωμένο ταψί νούμερο 34 ή 36 απλώνουμε σαν βάση τα 2 φύλλα λαδωμένα, έτσι ώστε να καλυφθούν και τα τοιχώματα. Αδειάζουμε το μείγμα μέσα στα φύλλα, χτυπάμε το 1 αυγό με το γάλα (1 φλ.) και περιχύνουμε τη ριζόπιτα. Γυρίζουμε προς τα μέσα τις άκρες των φύλλων. Λαδώνουμε με πινέλο ελαφρά τα εμφανή φύλλα (τις άκρες). Ψήνουμε τη ριζόπιτα για 40'-45' στους 180°C, σε προθερμασμένο φούρνο σε αντιστάσεις, στην τελευταία σχάρα.



Κιμαδόπιτα με λαχανικά και τραγανό φύλλο σαν σφοδιάτα

Μια πίτα που αποτελεί ένα πλήρες γεύμα! Το φύλλο της, με την τεχνική που φτιάχνεται, μοιάζει σαν σφολιάτα και καθώς ψήνεται χωρίζεται το κάθε ένα σε 8 διαφορετικές στρώσεις, τραγανές και λαχταριστές.

ΥΛΙΚΑ

Για τη γέμιση

- 1 κιλό κιμά μοσχαρίσιο, μια φορά περασμένο από τη μηχανή
- 6 κρεμμύδια μέτρια, κομμένα σε λεπτές φέτες
- 3 πράσα κομμένα σε λεπτές φέτες
- 1 μεγάλη ντομάτα ψιλοκομμένη
- 1/2 φλ. λευκό ξηρό κρασί
- 1 καρότο τριμμένο
- 1/2 ματσάκι μαϊντανό ψιλοκομμένο
- 400 γραμμ. πικάντικη γραβιέρα τριμμένη ή ανάμεικτη με κεφαλοτύρι τριμμένο
- 1/3 φλ. ελαιόλαδο
- αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι
- φρυγανιά τριμμένη (αν χρειαστεί)

Για το φύλλο

- βλ. σελ. 30



ΜΕΡΙΔΕΣ
8-10

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
30'

ΧΡΟΝΟΣ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ
1 ΩΡΑ

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε πλαστέ κατσαρόλα ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο και σοτάρουμε σε δυνατή φωτιά τον κιμά για 10'. Όσπου να ψηθεί ανακατεύουμε συχνά. Έπειτα προσθέτουμε τα κρεμμύδια και τα πράσα και αφήνουμε να σοταριστούν για 4'-5'. Προσθέτουμε την ντομάτα και σβήνουμε με το κρασί. Χαμηλώνουμε τη φωτιά, αλατοπιπερώνουμε και σκεπάζουμε την κατσαρόλα. Αφήνουμε να σιγοβράσει και να πιει όλα τα υγρά, περίπου 10'. Τέλος, προσθέτουμε το καρότο τριμμένο και το μαϊντανό. Αφήνουμε λίγο να κρυώσει και προσθέτουμε τα τυριά. Εάν η γέμιση έχει πολλά υγρά, πασπαλίζουμε λίγη φρυγανιά τριμμέ-

νη. Προθερμαίνουμε το φούρνο στις αντιστάσεις στους 180°C. Λαδώνουμε ένα ταψί 38-40 εκ. ρηχό για πίτα. Ανοίγουμε το 1ο φύλλο σε αλευρωμένη επιφάνεια και το στρώνουμε στο ταψί, αδειάζουμε τη γέμιση και καλύπτουμε με το 2ο φύλλο. Κλείνουμε στρίβοντας σε κόθρο τις ενώσεις. Χαράζουμε με κοφτερό μαχαίρι σε κομμάτια. Ραντίζουμε λίγο ελαιόλαδο στις χαρακιές και βρέχουμε με τα δάχτυλα το φύλλο. Ψήνουμε για 1 ώρα στην τελευταία σχάρα.

Σημείωση: Η συνταγή για το «τραγανό φύλλο σαν σφολιάτα» ακολουθεί στη σελίδα 30.



Χορτόπιτα με αρωματικά χόρτα

Μία εκπληκτική πίτα που μυρίζει Ελλάδα. Μυρώνια, καυκαλήθρες και όποιο άλλο αρωματικό χόρτο βρείτε, προσθέστε το. Να στραγγίζετε καλά τα χόρτα για να μην νωτίζουν τα φύλλα.

ΥΛΙΚΑ

Για τη γέμιση

- 1 κιλό σπανάκι πλυμένο και στραγγισμένο
- 2 πράσα μεγάλα (το τρυφερό μέρος μόνο, το υπόλοιπο το κρατάμε για ζωμούς)
- 1 ματσάκι φρέσκα κρεμμυδάκια με τα φύλλα τους
- 1 ματσάκι άνηθο ψιλοκομμένο
- 1 ματσάκι μαϊντανό ψιλοκομμένο
- 1 ματσάκι καυκαλήθρες και μυρώνια
- 1 ματσάκι φρέσκο δυόσμο
- 300 γραμμ. τρίμματα φέτας
- 2 κ.σ. αλάτι
- φρεσκοτριμμένο πιπέρι
- 3/4 φλ. ελαιόλαδο

Για το φύλλο

- 1 πακέτο φύλλο κρούστας
- 3/4 φλ. ελαιόλαδο

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Πλένουμε και στραγγίζουμε όλα τα χόρτα και τα μυρωδικά σε σουρωτήρι. Τα ψιλοκόβουμε σε λεκάνη και τα πασπαλίζουμε με το αλάτι. Τ' ανακατεύουμε και τ' αφήνουμε να σταθούν για 15'-20', να βγάλουν τα υγρά τους. Έπειτα τα σφίγγουμε στις παλάμες μας, να μαραθούν και ν' αποβάλουν όσο το δυνατόν περισσότερα υγρά. Θα μειωθεί η γέμιση στο μισό του όγκου της. Προσθέτουμε τη φέτα και τριμμένο πιπέρι. Λαδώνουμε ένα ρηχό ταψί 36 εκ., στρώνουμε ένα ένα φύλλο σουρωτά και περιχύνουμε με λίγο ελαιόλαδο καθένα χωριστά. Κάτω βάζουμε 6 φύλλα.

Αδειάζουμε μέσα τη γέμιση και περιχύνουμε με το ελαιόλαδο. Καλύπτουμε με τα υπόλοιπα φύλλα, σουρωτά, ραντίζοντας ένα ένα με ελαιόλαδο. Στρίβουμε τις άκρες των φύλλων. Χαράζουμε σε κομμάτια, ραντίζουμε με λίγο νερό και λίγο λάδι. Ψήνουμε σε αντιστάσεις στην τελευταία σχάρα, στους 180°C, για 1 ώρα.

Σημείωση: Η συνταγή για «παραδοσιακό τραγανό φύλλο» που ακολουθεί στη σελίδα 31 μπορεί να αντικαταστήσει το φύλλο κρούστας στη συγκεκριμένη χορτόπιτα.



ΜΕΡΙΔΕΣ
10 ΚΟΜΜ.
ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
20'
ΧΡΟΝΟΣ ΜΑΤΕΡΕΜΑΤΟΣ
1 ΩΡΑ

Τραγανό φύλλο σαν σφοδιάτα

Με τη ζύμη αυτή θα φτιάξετε την πεντανόστιμη κιμαδόπιτα με λαχανικά. Πειραματιστείτε και με διαφορετική γέμιση της αρέσκειάς σας.



ΥΛΙΚΑ

- 500 γραμμ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 1 κ.γλ. αλάτι
- περίπου 1 1/2 ποτήρι νερού χλιαρό νερό
- 1 κ.σ. ξίδι
- 3 κ.σ. φυτίνη λιωμένη σε θερμοκρασία δωματίου

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε λεκανίτσα κοσκινίζουμε το αλεύρι με το αλάτι. Προσθέτουμε το ξίδι και το νερό, τόσο ώστε ζυμώνοντας να έχουμε μία ζύμη που δεν κολλάει στα χέρια και είναι απαλή στην αφή. Αν πέσει λίγο παραπάνω νερό, προσθέτουμε λίγο αλεύρι και ξαναζυμώνουμε. Χωρίζουμε τη ζύμη σε 2 ίσα μέρη. Ανοίγουμε το 1ο φύλλο σε αλευρωμένη επιφάνεια. Βάζουμε στη μέση ένα πιατάκι καφέ και πατάμε να αφήσει την περίμετρό του. Έπειτα, με κοφτερό μαχαίρι χαράζουμε σε 8

κομμάτια τη ζύμη και βουτυρώνουμε με πινέλο καλά την επιφάνεια. Ένα ένα κλείνουμε τα κομμένα κομμάτια στο αποτύπωμα που άφησε το πιατάκι. Τα κλείνουμε το ένα πάνω στο άλλο· έτσι έχουμε ένα φύλλο με 8 στρώσεις. Το σκεπάζουμε με μεμβράνη και το αφήνουμε στο ψυγείο το λιγότερο 45'. Το ίδιο κάνουμε και με το 2ο φύλλο και το αφήνουμε να ξεκουραστεί. Το ανοίγουμε και το δουλεύουμε όπως στη σελ. 26 «Κιμαδόπιτα με λαχανικά».

Παραδοσιακό τραγανό φύλλο

Με τη συγκεκριμένη ζύμη θα ετοιμάσετε υπέροχες πίτες και το φύλλο τους θα παραμείνει τραγανό μέχρι το τελευταίο κομμάτι!

ΥΛΙΚΑ

- 750 γραμμ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 1 ποτήρι κρασιού ελαιόλαδο
- 2 κ.σ. ξίδι ή κρασί λευκό
- περίπου 1½ ποτήρι νερού χλιαρό
- 1 κ.γλ. κοφτό αλάτι
- ελαιόλαδο και αλεύρι για τα φύλλα



ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε λεκάνη ή μίξερ ρίχνουμε το αλεύρι κοσκινισμένο. Προσθέτουμε το ξίδι, αλάτι, ελαιόλαδο, ανακατεύουμε και λίγο λίγο προσθέτουμε το νερό ζυμώνοντας, μέχρι να έχουμε μία ζύμη που δεν κολλάει στα χέρια, με απαλή υφή. Τη σκεπάζουμε και την αφήνουμε να σταθεί το λιγότερο για 30'. Το χωρίζουμε στα

4 και ανοίγουμε σε αλευρωμένο πάγκο λεπτά φύλλα. Για καλύτερο, πιο τραγανό αποτέλεσμα, τα αφήνουμε να στεγνώσουν και τα στρώνουμε λίγο σουρωτά στο ταψί. Μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε αυτό το παραδοσιακό φύλλο σε οποιαδήποτε από τις γεμίσεις μάς αρέσει.

ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΑ ΑΠΟ ΤΟ

